

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kopi merupakan salah satu alternatif minuman pilihan yang sangat digemari masyarakat Indonesia maupun Negara lain selain teh. Kegemaran mengkonsumsi kopi sudah dilakukan turun temurun sejak jaman nenek moyang, bahkan dalam setiap jamuan makan baik acara formal maupun non formal, sajian kopi hampir tidak pernah dilupakan. Kondisi ini sama dengan di luar negeri, di Amerika misalnya, sebagian besar masyarakat menyukai kopi, sehingga istilah *coffe break* sampai saat ini masih digunakan dan menjadi *ikon* untuk menyatakan waktu istirahat dan jammakan telah siap (Lelyana, 2008).

Pengolahan dan penyajian kopi kini makin beragam. Pengolahan kopi ada dua tipe yaitu cara kering dan basah. Tahapan cara kering meliputi panen, sortasi buah, pengeringan, pengupasan kopi, sortasi biji, pengemasan dan penyimpanan. Sedangkan tahapan cara basah yaitu panen pilih, sortasi buah, pengupasan kulit buah merah, fermentasi, pencucian, pengeringan, *hulling*, sortasi biji kering, pengemasan dan penyimpanan (Prastowo dkk, 2010). Penyajian kopi juga makin beragam seperti kopi hitam, *espresso*, *coffee latte*, *cappucino*, *white coffee*, kopi tubruk, kopi instan dan masih banyak varian kopi lainnya (Anonim,2010).

Munculnya iklan *white coffe* telah menangkap perhatian masyarakat karena produk ini dianggap lebih aman di lambung dan rendah kafein. *White coffee* sering kali dikategorikan sama dengan kopi hitam. *White coffee* dan kopi hitam dibuat dari jenis kopi yang sama yaitu arabica dan robusta. Kedua produk

menjalani pengolahan kopi yang sama dari pemanenan, pengupasan, pembersihan lendir dan pengeringan. Perbedaanya berlangsung diproses dekafeinasi dan pemanggangan.

White coffee atau kopi putih diproses melalui pemanggangan dengan suhu rendah dan waktu pemanggangan lebih pendek, maka memiliki warna yang lebih terang, memiliki rasa yang gurih, memiliki kandungan asam yang tinggi dan kadar kafein masih tinggi juga.

Sedangkan kopi hitam melewati pemanggangan dengan suhu tinggi sehingga rasanya pahit, memiliki warna yang gelap, kandungan asamnya rendah dan kadar kafeinnya lebih rendah dari *white coffee*. Selain itu juga, kopi hitam merupakan hasil ekstraksi langsung dari perebusan biji kopi yang disajikan tanpa penambahan perasa apapun.

Dekafeinasi atau penghilangan kafein termasuk kedalam metode tambahan dari keseluruhan proses pengolahan kopi. Dekafeinasi banyak digunakan untuk mengurangi kadar kafein didalam kopi. Pada kopi hitam dilakukan dekafeinasi sedangkan *white coffee* tidak dilakukan proses dekafeinasi (Rahmi,2013).

. Kafein Merupakan suatu *alkaloid xanthin* berbentuk kristal berwarna putih. Salah satu sumber kafein utama adalah kopi. Kafein pada manusia berfungsi sebagai *stimulant* saraf pusat, secara temporer dapat mengurangi rasa capek dan mengembalikan mental saat lemah (Lelyana,2008).

Kafein pada kopi dapat menimbulkan berbagai manfaat bagi tubuh seperti mengurangi penyakit diabetes tipe 2, mengurangi penyakit parkinson, menurunkan berta badan, mengurangi depresi dan mengimbangi resiko buruk merokok.

Selain itu kafein juga mempunyai efek negatif bagi kesehatan yaitu, mempercepat detak jantung, insomnia, mengakibatkan keguguran, dehidrasi, mengundang penyakit jantung dan stroke (Anonim^a, 2013). Mengonsumsi kafein menyebabkan peningkatan trigliserida dalam darah yang signifikan, yang dapat memicu terjadinya penyakit jantung koroner (Dinata, 2014).

Bila mengonsumsi 6 cangkir kopi per hari selama dua minggu berturut-turut, kafein dalam kopi dapat menimbulkan ketagihan dan gangguan kesehatan (Hidayat, 2010) seperti menyebabkan homosistein seseorang naik 10 % dari angka normal, kadar kolesterol dan trigliserida juga naik (Ruswendi, 2011).

Berdasarkan metabolisme kafein oleh liver, kafein menghasilkan 3 metabolik yaitu *paraxanthine*, *theobromine* dan *theophylline*. *Paraxanthine* berfungsi untuk meningkatkan lipolisis yaitu pemecahan trigliserida menjadi asam lemak bebas dan gliserol. Tetapi, jika sumber energi di dalam tubuh mencukupi, maka asam lemak bebas dan gliserol diubah lagi menjadi trigliserida sebagai cadangan energi jangka panjang (Budiarto, 2008).

Trigliserida adalah senyawa yang ada di dalam makanan dan plasma darah. Trigliserida merupakan sumber energi dan ketika trigliserida masuk dalam tubuh melalui makanan, bentuknya bisa berubah menjadi sel-sel lemak jika tidak ditransfer menjadi energi. Jadi pada dasarnya, tubuh membutuhkan trigliserida untuk menghasilkan energi (Adnamazida, 2013). Trigliserida yang berlebih dalam tubuh akan disimpan di dalam jaringan kulit sehingga tubuh terlihat gemuk. Seperti halnya kolesterol, kadar trigliserida yang terlalu berlebih dalam tubuh dapat membahayakan kesehatan. Namun, trigliserida dalam batas normal sangat dibutuhkan oleh tubuh (Magdalena, 2014).

Ada beberapa penyebab tingginya trigliserida, misalnya obesitas, kurang bergerak, konsumsi makanan yang kaya karbohidrat (gula, tepung) dan lemak jenuh. Pada beberapa kasus, lonjakan trigliserida juga terkait dengan penyakit diabetes, penyakit ginjal atau hati, serta faktor keturunan dalam keluarga. Faktor genetik paling sulit diatasi karena reseptor di dalam sel – sel hati yang bertugas mengubah trigliserida yang berlebih untuk menjadi kolesterol telah mengalami cacat bawaan (Kompas, 2009).

Berdasarkan uraian diatas, penelitian ini dilakukan untuk mempeleajari “ perbedaan kadar trigliserida pada pengkonsumsi kopi (*white coffee*) dengan kopi hitam “.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah perbedaan kadar trigliserida pada pengkonsumsi kopi putih (*white coffee*) dengan kopi hitam.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kadar trigliserida pada pengkonsumsi kopi putih (*white coffee*) dengan kopi hitam.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui kadar trigliserida pada pengkonsumsi kopi putih (*white coffee*).
- b. Mengetahui kadar trigliserida pada pengkonsumsi kopi hitam.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat

Dapat dijadikan informasi tambahan bahwa didalam kopi terdapat senyawa kimia yang mempengaruhi kesehatan. Selain itu juga memberikan informasi tentang perbedaan kadar kafein pada kopi putih (*white coffee*) dan kopi hitam

2. Bagi Peneliti

Dapat dijadikan wawasan ataupun informasi serta pengetahuan baru. Dapat juga digunakan sebagai acuan dalam penelitian berikutnya.